

Ihr Menüplan für die Woche vom 03.08.2026 - 09.08.2026



	Menü 1	Menü 2	Abendessen
Montag, 03.08.2026	Gemüsecremesuppe ^{B,H,J} Gebackener Hirtenkäse mit Grillgemüse ^{B,H} Kräuter-Schmand-Dipp ^{3,A,ab,B,H} Bratkartoffeln Möhrensalat mit Sonnenblumenkernen Pfirsichquark ^{B,H} 861 kcal, 37 g Eiweiß, 53 g Fett, 55 g KH	Gemüsecremesuppe ^{B,H,J} Vollkornpenne ^{A,ab} Thunfisch-Tomatensauce ^E Möhrensalat mit Sonnenblumenkernen Pfirsichquark ^{B,H} 681 kcal, 24 g Eiweiß, 21 g Fett, 93 g KH	Apfelkühle ^{A,ab,B,H} Vanillesoße ^{12,B,H} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 847 kcal, 23 g Eiweiß, 36 g Fett, 104 g KH
Dienstag, 04.08.2026	Käsetortellini an Salbeibutter und Parmesanspänne ^{1,A,ab,B,D,H} bunter Blattsalat mit Joghurdressing Mandelpudding mit Himbeersauce ^{12,A,ab,B,H} 600 kcal, 19 g Eiweiß, 20 g Fett, 85 g KH	Vegetarischer Kartoffeleintopf ^{2,J} Wiener Würstchen (vom Schwein) ^{1,2,16} Vollkornbrot ^{A,ac} Mandelpudding mit Himbeersauce ^{12,A,ab,B,H} 580 kcal, 19 g Eiweiß, 27 g Fett, 61 g KH	Hausgemachte Sülzsalat vom Schwein ^{1,2,4,16,J,K} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 640 kcal, 25 g Eiweiß, 35 g Fett, 55 g KH
Mittwoch, 05.08.2026	Kräutercremesuppe ^{B,H} Semmelnknödel ^{A,ab,D} Käse-Kräuterrahmsauce ^{1,12,B,H} Ratatouillegemüse ^J frischer Obstsalat 223 kcal, 7 g Eiweiß, 7 g Fett, 30 g KH	Kräutercremesuppe ^{B,H} Bunte Gemüsepfanne mit Tomaten, Oliven, Zucchini und Salbei ^J Basmatireis ^{B,H} Hausgemachter Broccolisalat frischer Obstsalat 617 kcal, 15 g Eiweiß, 20 g Fett, 91 g KH	Melone-Feta-Minz-Salat ^{B,H} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 611 kcal, 23 g Eiweiß, 31 g Fett, 57 g KH
Donnerstag, 06.08.2026	Gemüsebrühe mit Gemüsestreifen ^{B,H,J} Hausgemachte Gemüsefrikadelle ^{1,2,13,D,J,M} Schnittlauchdip ^{B,H} Kartoffel-Sellerie-Stampf ^{2,J} Kirschgrütze mit Vanillesauce ^M 388 kcal, 8 g Eiweiß, 5 g Fett, 69 g KH	Gemüsebrühe mit Gemüsestreifen ^{B,H,J} Rahmschnitzel von der Pute ^{A,ab,B,D,H} Bandnudeln m. Butter ^{A,ab,B,H} Erbsen Möhrengemüse ^{B,H} Kirschgrütze mit Vanillesauce ^M 594 kcal, 32 g Eiweiß, 15 g Fett, 78 g KH	Blutwurst-Aufschnitt ^{1,2} Silberzwiebeln ^{2,4,M} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 568 kcal, 21 g Eiweiß, 29 g Fett, 52 g KH
Freitag, 07.08.2026	Champignoncremesuppe ^{B,H} Allgäuer Käsespätzle ^{12,A,ab,B,D,H} Röstzwiebel Gurkensalat mit Dill Fruchtcocktail ¹² 761 kcal, 26 g Eiweiß, 39 g Fett, 72 g KH	Champignoncremesuppe ^{B,H} Fischstäbchen ^E Rieslingsauce ^{B,H,M} Kartoffelstampf ^{B,H} Rahmspinat ^{A,ab,B,H} Fruchtcocktail ¹² 728 kcal, 23 g Eiweiß, 44 g Fett, 57 g KH	Handkäs mit Musik ^{2,H,M} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 601 kcal, 33 g Eiweiß, 28 g Fett, 52 g KH
Samstag, 08.08.2026	Möhreneintopf ^{A,ac} Vollkornbrot ^{A,ac} Stracciatellajoghurt ^{B,H} 330 kcal, 10 g Eiweiß, 6 g Fett, 53 g KH	Schnibbelbohneintopf mit Rindfleischleinlage ^{1,2,3,J} Vollkornbrot ^{A,ac} Stracciatellajoghurt ^{B,H} 448 kcal, 32 g Eiweiß, 11 g Fett, 50 g KH	Toast Hawaii ^{1,2,12,16,A,B,H,N} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 733 kcal, 30 g Eiweiß, 42 g Fett, 56 g KH
Sonntag, 09.08.2026	Kraftbrühe mit Pfannenkuchenstreifen ^{2,A,ab,B,D,H,J} Champignonomelette ^{A,ab,B,D,H} Hausgemachter Bauernsalat ^{2,M} Eisdessert ^{12,B,H,I,ib} 473 kcal, 16 g Eiweiß, 30 g Fett, 34 g KH	Kraftbrühe mit Pfannenkuchenstreifen ^{2,A,ab,B,D,H,J} Rinderbraten in Rotweinsauce ^{** J,M} Kartoffelklöße ^{2,M} Apfelrotkohl ^{2,M} Eisdessert ^{12,B,H,I,ib} 453 kcal, 6 g Eiweiß, 12 g Fett, 72 g KH	Hausgemachter Eiersalat mit Schinken ^{1,2,4,12,16,D,K} Brotauswahl ^{A,ab,af,ac,B,H} Wurst und Käse Aufschnitt ^{1,2,12,H,K} Butter und Margarine ^{12,B,H} 519 kcal, 18 g Eiweiß, 26 g Fett, 51 g KH

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (3) mit Geschmacksverstärker; (4) mit Süßungsmittel; (12) mit Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) mit Phosphat Enthält Allergene: (A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (ab) Weizen und Weizenerzeugnisse; (af) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (ac) Roggen und Roggenerzeugnisse; (B) Laktose; (D) Eier und -erzeugnisse; (E) Fisch und -erzeugnisse; (H) Milch und -erzeugnisse; (I) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (ib) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (J) Sellerie und -erzeugnisse; (K) Senf und -erzeugnisse; (M) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO₂ angegeben; (N) Lupine und -erzeugnisse

Wir wünschen einen guten Appetit. Bei Fragen (z.B. zu Allergenen oder Sonderkostformen) wenden Sie sich an die Küchenleitung. Änderungen vorbehalten.



Bezirksverband Rheinland e.V.
Seniorenzentrum Ursel Distelhut
Mainz-Mombach